



# 料理を通じて好き嫌いをなくす

食育にもなると人気の料理サークル。  
好き嫌いがなくなるだけでなく、食材についても学べます。

料理サークルに参加した理由は  
魚や、食材の美味しさを  
伝えたいと思い親子で  
参加しました。

## 食育・料理サークルとは？



食育とは、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人を育てることで、サークルでは、魚を使った料理を中心に、魚の美味しさやおもしろさを学んでいます。



高山ちはるさん、慶人くん

### 選んだメリット①

#### 好き嫌いがなくなる

苦手な食材も自分で料理すると食べるように！  
子どもは「だし」の味を覚え、尾頭付きの魚が好きになりました。

### 選んだメリット②

#### 魚の名前や由来を学べる

先生が料理した魚について教えてください。  
子どもも楽しみながら学べます。

### 選んだメリット③

#### 家でも手伝ってくれる

幼児の頃から食材や、包丁などの調理器具に親しんできたので、家でも料理をしています。

子どもの成長に合わせて、作るメニューも変えています。自分の健康を考えて、足りない栄養を摂取できるようにしてもらいたいです。

お魚おいしいね！  
好き嫌いしないよ♪



取材協力/エスバランス



**STRIDER**

店頭にて  
試乗できます

カッコよくかわいく  
乗る為のアイテム  
ヘルメット・ガード・  
グローブ・カスタマイズ  
パーツも取り扱っています

親子一緒にストライダーで  
公園デビュー!!

STRIDER(ストライダー)は  
2歳から5歳くらいのお子さん用のペダルや  
ブレーキのないランニングバイク。  
足で地面を蹴って進むため、バランス感覚を  
自然に向上させる乗り物として、  
只今人気急上昇中!

SKBC(四国キッズバイクチャレンジ)レース開催  
日時/3月4日 8:00~  
場所/イオンモール新居浜 ※詳しくはお問い合わせください。

STRIDER  
車両本体価格 ¥10,900~/税別  
3種類仲間入り!!

**A.S.F**  
auto shop fujita

新居浜市滝の宮町9-22  
TEL.0897-33-3879  
HP→

Reform Ehime 30th Anniversary

家族のこれからのために  
無垢の木を選ぶ... おかげ様で30周年

一本の木から、そのまま切りだされる無垢材。  
手足に伝わる木の温もりと、使い込むうちに  
出てくる味わい。家族と一緒に年を重ねる、  
本物にこだわったリフォームをご提案します。

資料請求は、下記までお問い合わせください。カタログを郵送させていただきます。

●十全病院 ●ローソン 平和通り  
●GS ●新西交差点  
●新居浜徳正会館前 ●コープ全宇  
●慶正堂 ●ココ

お住いのリフォームなら  
**リフォームエヒメ**  
新居浜市久保田町 2-1-45  
http://reform-ehime.com/ tel.0897-34-1224